Bosquejo para el Repaso de la Lección en Clases
I Trimestre de 2011
"Jesús lloró: La Biblia y la emociones humanas"

Lección 1
1º de Enero de 2011

Las emociones

Prof. Freddy Tejada Vedia

VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

"De cierto, de cierto os digo, que vosotros lloraréis y lamentaréis, y el mundo se alegrará; pero aunque vosotros estéis tristes, vuestra tristeza se convertirá en gozo" Juan 16:20.

I. MANERAS QUE NUESTRAS EMOCIONES NOS AFECTAN

1º Manera: NEGATIVAMENTE

a. ¿Qué emociones negativas vemos en estos personajes Bíblicos?

→ **Amnón.** Amón no encontraba la manera de estar a solas con ella. (2 Sam 13:2, BPT)

→ **Absalón.** Pero Absalón no le habló a Amnón ni bien ni mal; pues Absalón odiaba a Amnón, porque había violado a su hermana Tamar. (2 Sam 13:22,LBLA)

✓ Las acciones realizadas bajo estos estados emocionales casi siempre son desequilibradas y producen consecuencias serias. El "amor" de Amnón se convirtió, casi al instante, en odio. […] Absalón diseñó un plan para matar a Amnón y vengar esa violación. (Además, sacarse de encima a Amnón aumentaba las probabilidades de que pudiera sentarse sobre el trono de Israel.)

b. ¿En qué situaciones experimentaste odio, tristeza, temor, ira o celos? ¿Cómo manejaste estas emociones? ¿Qué te gustaría haber hecho en forma diferente?

2º Manera: POSITIVAMENTE

a. ¿Qué emociones positivas vemos en este pasaje Bíblico?

📖 **Gálatas 5:22, 23** …El Espíritu de Dios nos hace amar a los demás, estar siempre alegres y vivir en paz con todos. Nos hace ser pacientes y amables, y tratar bien a los demás, tener confianza en Dios, ser humildes, y saber controlar nuestros malos deseos. No hay ley que esté en contra de todo esto. (BLS)

✓ El amor trae consigo un conjunto de otros sentimientos y emociones positivos que pueden ser traducidos en conductas muy deseables.

b. ¿De qué manera tu estado emocional impacta en tus acciones? ¿Por qué es valioso no tomar decisiones importantes en medio de emociones, sean estas positivas o negativas?

3º Manera: EN LA NECESIDAD DE BUSCAR AYUDA

a. **¿Quién es el más vivo ejemplo que nos entiende nuestras emociones?**
   📖 **Hebreos 4:15** Pues nuestro Sumo Sacerdote puede compadecerse de nuestra debilidad, porque él también estuvo sometido a las mismas pruebas que nosotros; solo que él jamás pecó. (DHH)

b. **¿Qué emociones sintió Jesús?**
   → **Tristeza y congoja** (Marcos 3:5)
   → **Frustración** (Marcos 8:12)
   → **Indignación** (Marcos 11:15-17)
   → **Angustia** (Mateo 26:37, 38)

c. **Contemplar las experiencias emocionales de Jesús nos ayuda a comprender cuánto se identifica con nuestra angustia emocional. ¿De qué modo nos acercaríamos más a Jesús, especialmente en tiempos de sufrimiento?**

4º Manera: ENCONTRAR GOZO

a. **En San Juan 16:20 al 24¿Qué promesas nos trae Jesús con aquellos que sufren dolor físico o psicológico?**
   ✓ La vida no siempre es justa, pero el gozo está en camino.
   ✓ El cambio del dolor al gozo no demorará mucho.
   ✓ El pasado desagradable será realmente olvidado.
   ✓ Todos tenemos que experimentar algún dolor.
   ✓ El gozo que da Jesús dura para siempre.
   ✓ No necesitaremos pedir a Jesús nada más.
   ✓ Entretanto, debemos orar en el nombre de Jesús.

b. **¿De qué modo las emociones negativas pueden ser suplidas con emociones positivas?**

II. CONCLUSIÓN

A. ¿De qué maneras nos afecta nuestras emociones?
B. ¿Cuán agradecidos estamos a Dios por encontrar fortaleza emocional en él?
C. Oración.



Prof. Freddy Tejada Vedia
La Paz - Bolivia

+

RECURSOS ESCUELA SABATICA
http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica
www.elistas.net/lista/EscuelaSabatica
http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es
Suscríbase para recibir gratuitamente recursos para la Escuela Sabática